

Riesgos psicosociales del personal de residencias geriátricas en el contexto del COVID-19

Stressors, Job Resources, Fear of Contagion, and Secondary Traumatic Stress Among Nursing Home Workers in Face of the COVID-19

Luis Manuel Blanco-Donoso¹  0000-0001-9907-5034

¹Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.

Fechas · Dates

Recibido: 2020.08.05
Aceptado: 2020.11.13
Publicado: 2021.01.21

Sección coordinada por · Section coordinator

Dr. Guillermo García González
Correo electrónico: guillermo.garcia@unir.net

Entrevista a Luis Manuel Blanco-Donoso

1. ¿Cuál es la procedencia, especialización y áreas de trabajo de los autores del artículo⁽¹⁾? ¿Qué características le parecen más destacables de este grupo de trabajo?

Los autores del trabajo pertenecen en su mayoría al *Grupo de Investigación Personalidad, Estrés y Salud*, adscrito a la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid. También han participado activamente en el artículo el profesor Alberto Amutio, de la Facultad de Relaciones Laborales y Trabajo Social de la Universidad del País Vasco y la profesora Laura Gallego Alberto, también de la Universidad Autónoma de Madrid. La mayoría de autores de este trabajo están especializados en el abordaje de los factores organizacionales y laborales que llevan a la aparición de ciertos riesgos psicosociales dentro de las organizaciones, sus consecuencias para la salud y bienestar de los trabajadores; así como en el estudio de los factores humanos, sociales y laborales que, además de proteger al individuo frente a esos riesgos, les llevan a mantener su condición de bienestar, salud laboral y motivación dentro del trabajo. También fueron clave las aportaciones desde el campo de la psicogerontología que realizó la profesora Laura Gallego. El grupo y sus colaboradores tienen una trayectoria bien consolidada en el estudio de fenómenos como el estrés laboral, el desgaste profesional o el conflicto familia-trabajo, especialmente entre profesionales de la salud. El grupo de investigación ha recibido en los últimos años financiación del Ministerio de Economía y Competitividad y del Ministerio de Ciencia e Innovación para desarrollar diversos proyectos dirigidos al afrontamiento del estrés y desgaste de profesionales procedentes de unidades de alta especialización como son las UCI. Sin embargo, cuando se declaró la pandemia de COVID-19 en marzo de 2020, el grupo detectó también la necesidad de evaluar de inmediato los riesgos psicosociales a los que podían estar expuestos los profesionales que desarrollaban su actividad laboral en residencias y centros de mayores, debido a su rol fundamental en el afrontamiento de esta crisis sanitaria. Esta situación ha sido especialmente dura para este colectivo laboral debido principalmente a la falta de personal sanitario y de recursos materiales, así como a las características de la población con la que trabajan. El equipo quiso así contribuir desde sus posibilidades a analizar y visibilizar la situación de estos trabajadores.

2. ¿Cómo se ha financiado el estudio?

El estudio contó con el apoyo de un proyecto del Ministerio de Ciencia e Innovación (referencia PID2019-106368GB-I00, AEI/10.13039/501100011033).

3. ¿Qué problema pretende abordar este estudio y dónde radica su interés o relevancia para la seguridad y salud en el trabajo?

El problema que abordamos en este estudio tiene que ver con las consecuencias que ha tenido, para la salud mental y bienestar de los trabajadores de las residencias de mayores en nuestro país, la exposición a los riesgos psicosociales durante la pandemia de COVID-19. En concreto, el objetivo de este estudio fue analizar las consecuencias psicológicas que la crisis sanitaria estaba ocasionando entre es-

tos trabajadores y estudiar cómo la presencia de ciertos factores de estrés laboral (es decir, alta carga de trabajo, presión social y contacto con la muerte y sufrimiento) podía estar asociada con el desarrollo de dichas consecuencias. También nos interesó explorar cómo el hecho de afrontar esta crisis con unos recursos laborales inadecuados (es decir, la falta de personal, materiales y EPI, y el insuficiente apoyo de los compañeros y supervisores), podía agravar esas consecuencias psicológicas.

El interés del problema que abordamos para la seguridad y salud en el trabajo radica en la necesidad de evaluar e identificar apropiadamente los riesgos psicosociales a los que están expuestos los trabajadores sanitarios de residencias de mayores, con el fin de prevenir su aparición y mitigar el impacto que pueden tener sobre su salud mental y física. También nos obliga a intervenir en aquellos casos donde el daño psicológico ya está presente. Uno de los aspectos que más ha evidenciado esta crisis es la relación entre la seguridad, los equipos de protección y la salud mental y bienestar de los trabajadores. Los riesgos laborales se encuentran interrelacionados, no pueden considerarse aisladamente, y como hemos visto durante este tiempo, el riesgo por contagiarnos del virus como trabajadores por la falta de equipos de protección y la ausencia de protocolos iniciales se relaciona también con la presencia de riesgos psicosociales como el estrés laboral. Una de las cosas que también ha evidenciado esta crisis es la importancia de la salud mental del trabajador, como fin en sí mismo, y para alcanzar un bien común, ya sea organizacional, o como sociedad.

4. ¿Qué aporta este estudio de novedoso o destacable en relación al resto de producción científica sobre el problema estudiado?

Cuando nos dispusimos a llevar a cabo este estudio, nos resultó sorprendente que, a pesar de que los usuarios y trabajadores de las residencias y centros de mayores estaban siendo una de las poblaciones más castigadas por la crisis sanitaria, la mayoría de las investigaciones sobre riesgos psicosociales laborales se estaba dirigiendo a los profesionales procedentes de hospitales y centros de salud. Es decir, inicialmente, pocas investigaciones se centraron en explorar el impacto psicosocial de esta crisis en los trabajadores de las residencias de mayores en comparación con otros profesionales de otros servicios asistenciales. Y cuando sí lo hacían, era con metodologías exclusivamente cualitativas y con un número reducido de participantes. Por lo tanto, uno de los aspectos novedosos de este estudio en relación con el resto de producción científica fue precisamente el habernos centrado en el estudio de una población de trabajadores altamente vulnerable a la situación ocasionada por la COVID-19, empleando para ello una metodología cuantitativa y un marco teórico robusto y validado empíricamente, la teoría de demandas y recursos laborales. Así, nuestro estudio fue uno de los primeros que surgió en la literatura que analizaba cuantitativamente cómo los estresores y la falta de recursos con la que se estaban encontrando estos trabajadores estaba asociado con mayores niveles de miedo al contagio y estrés traumático.

5. ¿Se han encontrado con alguna dificultad o contratiempo para el desarrollo del estudio?

El estudio se llevó a cabo durante la primera ola de la COVID-19, en los meses de marzo y abril de 2020. La principal dificultad que nos encontramos en la realización del estudio fue el contacto, vía *online*, con los profesionales. Todo el país se encontraba bajo un confinamiento domiciliario, por lo que tuvimos que mover el estudio en las redes sociales y a través de nuestros contactos profesionales, para acceder a la muestra. Ello requirió muchas horas de trabajo, pues prácticamente se contactaba de manera personalizada con cada uno de los participantes para darles información sobre el estudio. Al mismo tiempo, éramos conscientes del esfuerzo extra que le estábamos pidiendo a los trabajadores para que sacaran tiempo y energía adicional para participar en este estudio. No obstante, tenemos que señalar la gran acogida que tuvimos y las numerosas muestras de agradecimiento que recibimos por parte de estos profesionales por haber puesto nuestra mirada sobre ellos.

6. ¿Se han obtenido los resultados esperados o se ha producido alguna sorpresa?

Los resultados fueron en la línea de lo esperado. Los trabajadores de las residencias y centros participantes presentaron una elevada sobrecarga y presión social derivada de su trabajo, así como un sufrimiento importante a causa del contacto con la muerte y el dolor al que estaban expuestos. Estaban preocupados por la falta de personal y de material de protección para no contagiarse ni contagiar a otros. Y de entre todos los trabajadores, el personal médico y de enfermería fue el más perjudicado (frente a otros colectivos como profesionales de la psicología, fisioterapia o terapeutas ocupacionales), probablemente debido a su implicación directa en el cuidado de las personas que contrajeron el virus, así como a las decisiones extremadamente difíciles que tuvieron que tomar. Entre los profesionales se encontró también niveles altos de estrés traumático, siendo estos niveles todavía más altos entre aquellos trabajadores de residencias en las que se detectaron casos positivos de COVID-19. También se apreció entre los participantes niveles moderadamente altos de miedo al contagio, miedo que parecía incrementarse entre aquellos profesionales de mayor edad debido muy probablemente a la percepción entre estos trabajadores de una mayor vulnerabilidad a las consecuencias del virus. No obstante, el estudio también reflejó que, entre los trabajadores sometidos a una mayor carga de trabajo, aquellos que percibían mayor apoyo por parte de sus supervisores experimentaban menos estrés. Además, ante la presión social derivada de su trabajo, aquellos que percibían poco apoyo por parte de sus compañeros, experimentaron también mayores niveles de estrés. Es más, el apoyo que los trabajadores perciben de sus compañeros permitió amortiguar el impacto que estresores como el sufrimiento ocasionado por el contacto con la muerte y el dolor tenían sobre el miedo al contagio.

7. ¿Cómo ha sido el proceso de publicación? ¿Han sufrido alguna incidencia?

El proceso de publicación ha sido satisfactorio. Obtuvimos la primera respuesta de la revista con la primera ronda de revisión trascurrido un mes de presentar el trabajo. En ella, los revisores nos plantearon algunas sugerencias para mejorarlo y nos plantearon la realización de análisis adicionales. Después, se sometió a

dos revisiones más hasta que fue aceptado en septiembre de 2020. El proceso completo de publicación estuvo en torno a los 4 meses. La publicación *online* fue rápida y eficaz.

8. ¿Qué implicaciones tiene este estudio para la prevención de riesgos laborales? ¿Cuál sería la recomendación para mejorar la práctica profesional en relación al problema estudiado?

Los resultados de esta investigación nos llevan a llamar la atención sobre la urgente necesidad de implementar programas de prevención de riesgos psicosociales laborales en el sector de las residencias y centros de mayores. La experiencia del estrés traumático secundario es riesgo psicosocial laboral derivado del contacto con la tarea traumática. La intervención temprana podría ayudar a prevenir el desarrollo de un problema psicológico mayor en fases posteriores. Además, tales programas podrían ayudar a prevenir el agotamiento y desgaste que estos profesionales presentan e incluso disminuir las altas tasas de abandono que se encuentran en este sector profesional. También, los resultados de esta investigación resaltan la importancia de proporcionar a estos profesionales los recursos y materiales necesarios en sus centros para protegerse del contagio, y así reducir su ansiedad y preocupación por infectarse, infectar a sus seres queridos, o a los residentes de los centros. Además, la disponibilidad de estos recursos probablemente ayude a aumentar su sentido de control de la situación, contribuyendo así a reducir sus niveles de estrés y miedo. De los resultados también se infiere la necesidad de reducir la carga de trabajo a través de una mayor dotación de personal y fomentando el apoyo social en el trabajo. Desde los medios de comunicación también sería interesante resaltar la labor de estos profesionales en aras de incrementar su reconocimiento profesional y reducir la presión social que están experimentando estos trabajadores. En ocasiones se pone sólo el foco en los centros que funcionan mal y en donde se detectan casos de mala praxis. Además, cabría esperar que la aplicación de estas medidas tenga un impacto positivo en la calidad de la atención a las personas mayores que viven en las residencias.

Resumen⁽¹⁾

Durante la pandemia ocasionada por la COVID-19, muchos sectores laborales han incrementado su exposición a riesgos psicosociales en el trabajo, especialmente aquellos que han enfrentado la crisis en primera línea. Este es el caso de los trabajadores que desarrollan su actividad en residencias y centros de mayores. El objetivo de esta investigación fue analizar las consecuencias psicológicas de la pandemia COVID-19 entre trabajadores de residencias y centros de mayores, así como la influencia de demandas y recursos laborales específicos en la explicación de esas consecuencias. Un total de 228 trabajadores sanitarios y trabajadores sociales procedentes de 42 provincias españolas participaron en este estudio transversal durante los meses de abril y mayo de 2020. Los resultados reflejaron altos niveles de carga de trabajo, presión social derivada del mismo, alto contacto con el sufrimiento y miedo al contagio. En los centros de trabajo donde se detectaron

casos de COVID-19, los trabajadores experimentaron mayores niveles de estrés traumático secundario. La presión social derivada del trabajo, las altas dosis de exposición al sufrimiento, la falta de personal y de equipos de protección personal, y la falta de apoyo de los supervisores fueron significativos para explicar el estrés traumático. Además, el apoyo de los supervisores y los compañeros de trabajo amortiguaron algunas de las consecuencias negativas que tuvo la presencia de estresores laborales. Los resultados tienen una clara relevancia en la prevención de riesgos en contextos de pandemia, y apuntan a la necesidad de intervenir sobre las consecuencias que la crisis ha podido dejar en los profesionales sanitarios dentro de este sector.

Referencias

1. Blanco-Donoso LM, Moreno-Jiménez J, Amutio A, Gallego-Alberto L, Moreno-Jiménez B, Garrosa E. Stressors, Job Resources, Fear of Contagion, and Secondary Traumatic Stress Among Nursing Home Workers in Face of the COVID-19: The Case of Spain. *Journal of Applied Gerontology*. 2021;40(3):244-256. doi:10.1177/0733464820964153